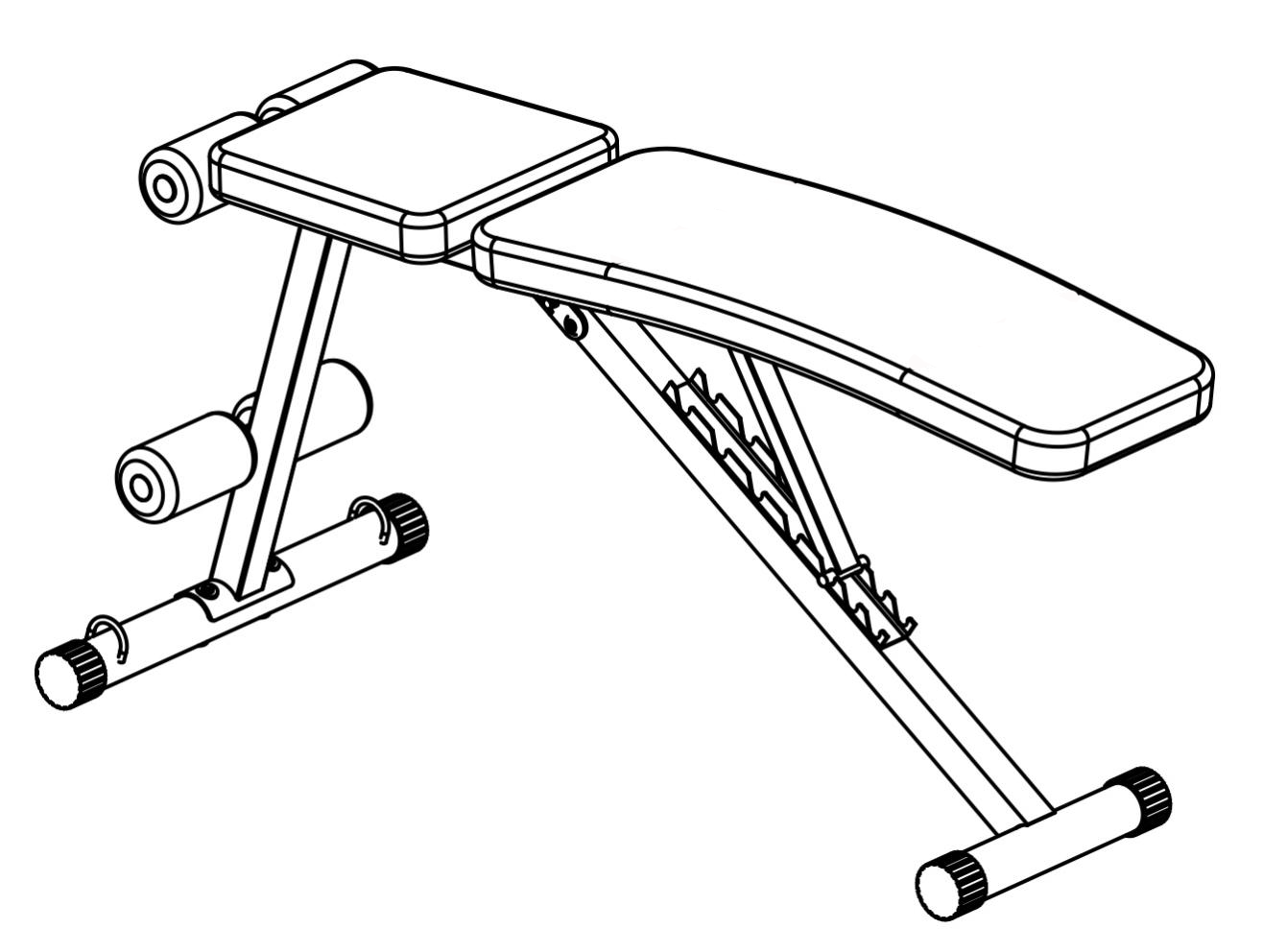
****

**СКАМЬЯ СИЛОВАЯ УНИВЕРСАЛЬНАЯ DFC**

**с эспандерами**

Артикул: DCH310

****

**РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ**

* Прочитайте это руководство перед сборкой или использованием тренажера.
* Держите инструкцию под рукой для дальнейшего использования.
* Если вы хотите подарить этот товар своим друзьям, не забудьте передать им инструкцию по эксплуатации.

ВАЖНЫЕ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

\*Максимальный вес пользователя с дополнительной нагрузкой - 140 кг.

\* Не допускайте домашних животных и детей к тренажеру.

\* Единовременно тренажером может пользоваться только один человек.

\* Если вы чувствуете недомогание во время тренировки, немедленно прекратите использование тренажера и обратитесь к врачу за дальнейшими рекомендациями.

\* Рекомендуется использовать под присмотром партнера. Люди с ограниченными возможностями могут пользоваться тренажером только под присмотром профессионала.

\*Расположите скамью на сухой, ровной, твердой поверхности, чтобы предотвратить опрокидывание.

\* Во время тренировок лучше носить подходящую спортивную одежду. Не надевайте слишком свободную одежду, чтобы избежать попадание одежды в узлы тренажера.

\* Разминайтесь перед тренировкой.

\* Не располагайте вокруг тренажера препятствия или острые предметы.

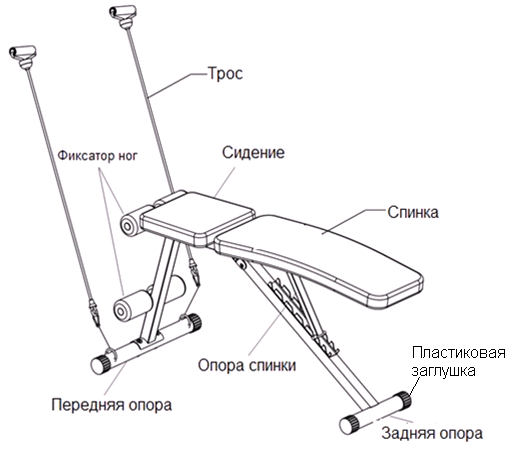
\*Регулярно смазывайте подвижные узлы.

\* Проверяйте устройство на отсутствие или износ деталей перед каждым использованием.

\* Протирайте тренажер влажной тканью. Не используйте чистящие средства на основе растворителей.

**СБОРОЧНЫЕ ЕДИНИЦЫ**

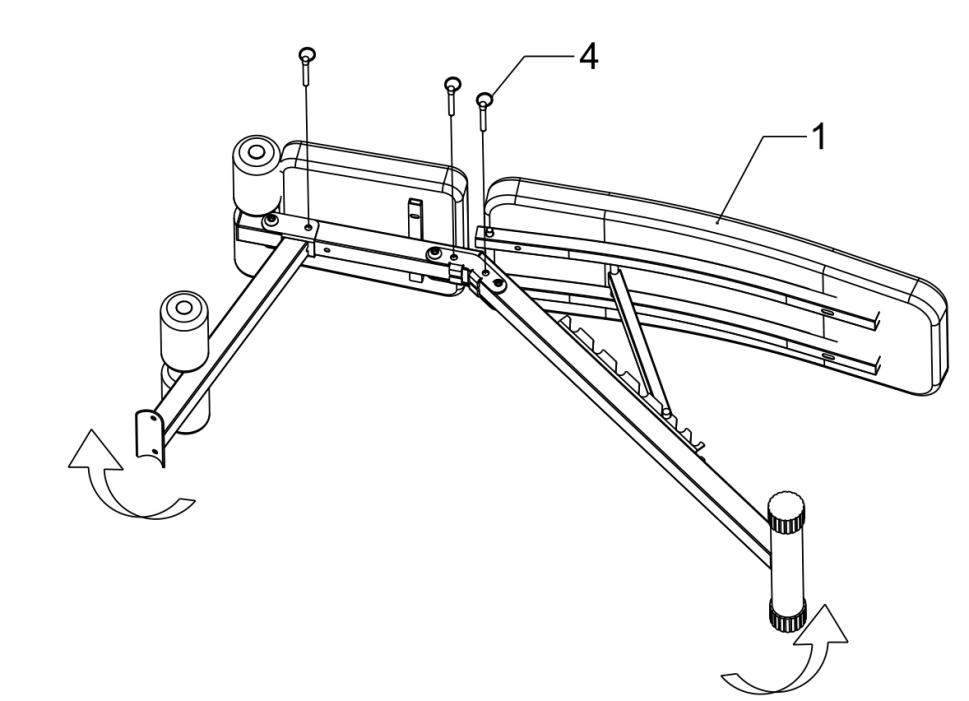
|  |  |
| --- | --- |
| 2   1. Основание скамьи x 1шт | 21  2. Передняя опора x1 шт |
| 22  3. Винт с кареткой M8 \* 60, изогнутая шайба M8, контргайка M8 x 2 шт. | 24  4. Штекерный штифт x 3 шт |
| 25  5. Тросы x 1 пара | 26  6. Гаечный ключ x 1шт |

****

**ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ**

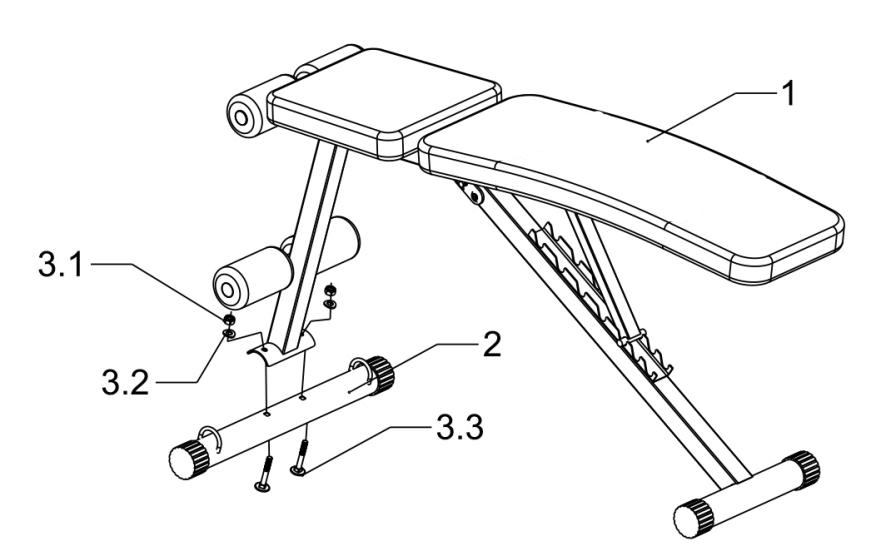
**Шаг 1:**

Извлеките основание силовой скамьи (1) из упаковки. Разложите силовую скамью в направлении, указанном стрелкой, и поместите его на пол, как показано на рисунке ниже, совместите соответствующие отверстия для штифтов. Затем вставьте три штифта (4) в отверстия для штифтов соответственно (как показано на рисунке).



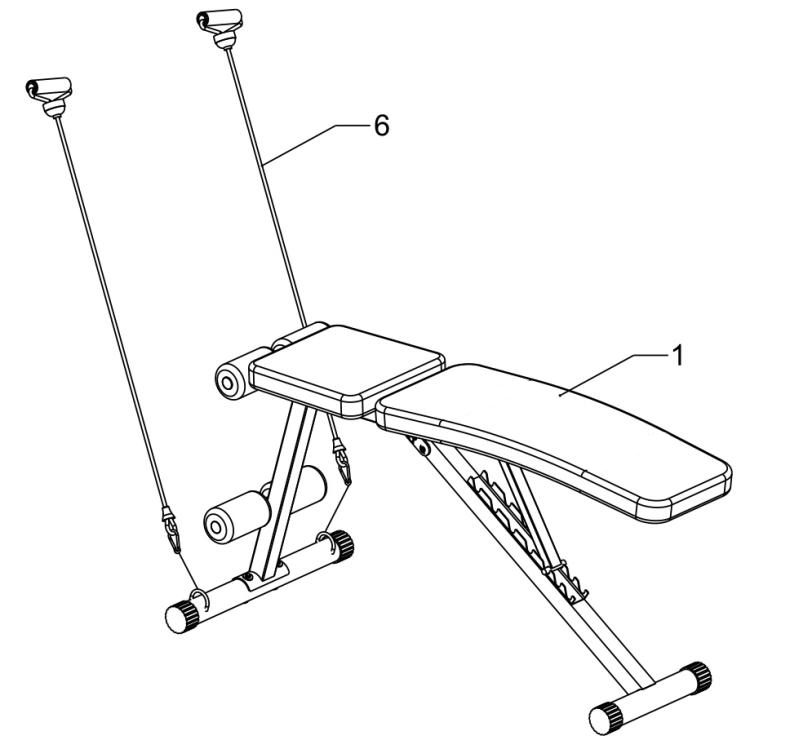
**Шаг 2:**

Прикрепите переднюю опору (2) к основанию ( 1) с помощью двух контргаек (3.1), двух изогнутых шайб (3.2) и двух винтов (3.3), затяните гайки по часовой стрелке с помощью гаечного ключа (6) (как показано на рисунке).



**Шаг 3:**

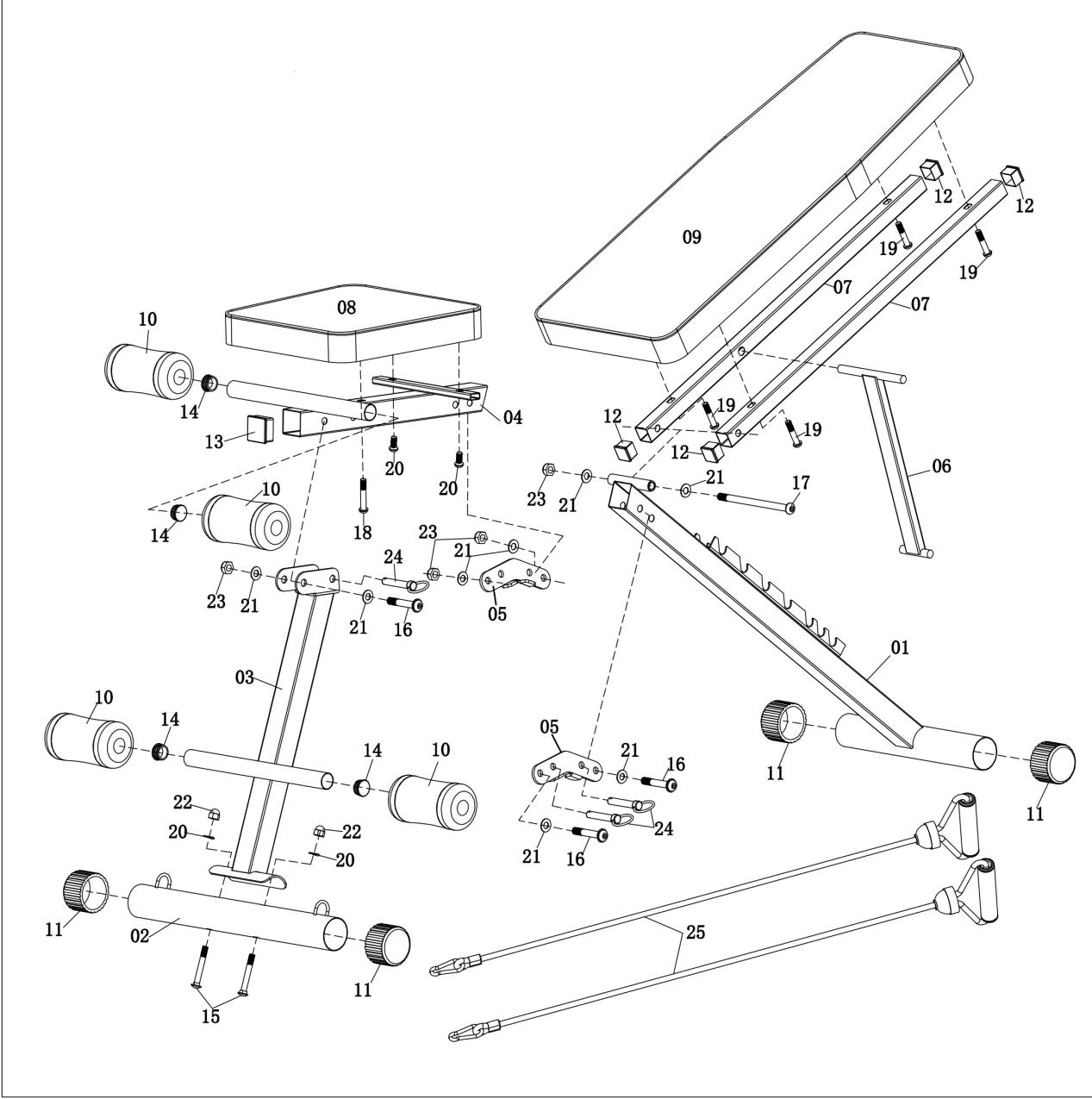
Закрепите тросы (6) на основании (1), как показано ниже.



Силовая скамья готова к использованию.

Отрегулируйте спинку вверх или вниз при необходимости, как показано ниже.



**ДЕТАЛИРОВКА**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Наименование | Кол-во | № | Наименование | Кол-во |
| 1 | Рама задней трубы | 1 | 13 | Пластиковый кожух | 1 |
| 2 | Передняя ножная труба | 1 | 14 | Пластиковая заглушка | 4 |
| 3 | Рама передней трубы | 1 | 15 | M8x60 Винт каретки | 2 |
| 4 | Каркас подседельной трубы | 1 | 16 | M10x55 Болт | 3 |
| 5 | Соединительная трубка рамы | 2 | 17 | M10x150 Болт | 1 |
| 6 | Задняя опорная труба | 1 | 18 | M8x55 Болт | 1 |
| 7 | Рама задней трубы | 2 | 19 | M8x40 Болт | 4 |
| 8 | Подушка сидения | 1 | 20 | Изогнутая шайба | 2 |
| 9 | Подушка для спины | 1 | 21 | Плоская шайба | 8 |
| 10 | Роли для подержки ног | 4 | 22 | Контргайка M8 | 2 |
| 11 | Пластиковая заглушка | 4 | 23 | Контргайка M10 | 4 |
| 12 | Пластиковая заглушка | 4 | 24 | Штырь | 3 |
|  |  |  | 25 | Эспандеры | 2 |